**Übersicht über die bewegungsfeldübergreifenden Kompetenzerwartungen Jahrgangsstufe 7 bis zum Ende der Sekundarstufe I**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Inhaltsfelder a – f** Inhaltliche Schwerpunkte | **Sachkompetenz** | **UV Nr** | **Methodenkompetenz** | **UV Nr** | **Urteilskompetenz** | **UV Nr** |
| **Bewegungsstruktur und Bewegungslernen** **(a)**   * Wahrnehmung und Körpererfahrung * Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen * Struktur und Funktion von Bewegungen * Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens | * die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben, * für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und  Effekten erläutern. |  | * grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportl. Bewegungen anwenden, * analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motor. Lern- u. Übungsprozesse zielorientiert einsetzen, * unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. |  | * Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen, * den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen, * den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. |  |
| **Bewegungsgestaltung (b)**   * Variation von Bewegung * Präsentation von Bewegungsgestaltungen * Ausgangspunkte von Gestaltungen * Gestaltungskriterien | * ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen, * das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben. |  | * unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein  oder in der Gruppe – nutzen, * Bewegungsgestaltungen allein  oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten, * kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. |  | * die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen, * gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen. |  |
| **Wagnis und Verantwortung (c)**   * Handlungssteuerung * Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen | * unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern, * emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben, * die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern. |  | * Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden, * Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern. |  | * komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahren-momente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Leistung (d)**   * Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit * Leistungsverständnis im Sport * Trainingsplanung und Organisation | * grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben, * ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern, * koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen. |  | * einen individual. Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen, * sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren. |  | * die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen, * den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportl. Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. |  |
| **Kooperation und Konkurrenz (e)**   * Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten * Interaktion im Sport | * Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern, * Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedl. Spiele oder Wettkampf- situationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. |  | * Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren, * einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden, * in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. |  | * das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. |  |
| **Gesundheit (f)**   * Unfall- und Verletzungsprophylaxe * Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens * Gesundheitsverständnis und Körperbilder | * Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben, * Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern. |  | * die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten, * Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren. |  | * gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen. |  |